


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Tej(7) Baromfi párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretekkel			Citromos tea Sajtos tonhalkrém(4,7) Félbarna kenyér(1)			Kakaó(7) Kifli(1) Vajjal (7)			Barackos tea Húspástétomos(10,7) Félbarna kenyérral(1) Salátalevéllal			<b>SZÜNET</b>		
		Energia: 237.20 Kcal / 991.50 KJ			Energia: 195.88 Kcal / 818.78 KJ			Energia: 283.71 Kcal / 1,185.91 KJ			Energia: 174.55 Kcal / 729.62 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		10.81 g	9.44 g	4.25 g	5.91 g	7.32 g	4.18 g	9.08 g	11.50 g	5.77 g	7.28 g	6.12 g	2.36 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
27.26 g	0.13 g	0.64 g	26.31 g	5.00 g	0.25 g	35.79 g	5.00 g	0.58 g	22.33 g	1.00 g	0.23 g					
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Alma			Körte			Narancs			Körte					
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g					
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Csurgatott tojásleves(3,1) Rakott tök rizzsel(1,7)			Gyümölcslé Zöldbabfőzelék(1,7) Félbarna kenyérral(1) Daráltlenmagos csirkefasírttal(3,1)			Citromos almaleves(1,7) Reszelt máj Burgonyapürével(7) Cékasalátával(15)			Sertésraguleves(9) Vaníliás tejberizs(1,7) Gyümölcsraguval					
		Energia: 450.80 Kcal / 1,884.34 KJ			Energia: 405.98 Kcal / 1,697.00 KJ			Energia: 366.74 Kcal / 1,532.97 KJ			Energia: 393.52 Kcal / 1,644.91 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		16.25 g	27.14 g	7.36 g	20.98 g	14.41 g	2.27 g	16.45 g	13.63 g	3.78 g	13.08 g	17.58 g	5.49 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
34.67 g	0.00 g	2.24 g	48.16 g	2.59 g	0.43 g	47.27 g	8.17 g	0.75 g	45.49 g	8.99 g	0.63 g					
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Csipkebogyós tea Kifli(1) Barackos túrókrém(7)			Tej(7) Sonkkrém(7) Zsemle(1) Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrém(7) Rozskenyér(1) Paprikával			Limonádé Sajt szeletes(7) Zsemle(1) Margarinnal Hónapos retekkel					
		Energia: 137.87 Kcal / 576.30 KJ			Energia: 292.75 Kcal / 1,223.70 KJ			Energia: 200.89 Kcal / 839.72 KJ			Energia: 252.21 Kcal / 1,054.24 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		5.69 g	1.57 g	0.79 g	11.67 g	10.67 g	5.48 g	4.94 g	8.82 g	6.88 g	10.42 g	8.01 g	4.60 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
25.08 g	1.25 g	0.42 g	37.17 g	0.11 g	0.44 g	25.12 g	4.00 g	0.47 g	34.29 g	5.00 g	0.63 g					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén                      3-tojás  
2-rák                            4-hal

5-földimogyoró            7-tejtermék,laktóz  
6-szója                        8-diófélék

9-zeller                      11-szezámmal  
10-mustár                    12-kén-dioxid-szulfit

13-csillagfűrt                14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer  
16-édesgyökér

.....  
Élelmezésvezető